

ПОНЯТТЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ: ТЕОРЕТИКО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ, ДЕФІНІЦІЇ І СТРУКТУРА

У статті здійснено аналіз феномену емоційного інтелекту, розглядаються основні підходи до розуміння його як психологічної категорії.

В статтє осуществлен анализ феномена эмоционального интеллекта, рассматриваются основные подходы к пониманию его как психологической категории.

The analysis of the phenomenon of emotional intellect is carried out in the article, the basic going is examined near understanding of him as psychological category.

Метою даної статті є теоретичний аналіз феномену емоційного інтелекту, розгляд основних підходів до розуміння його як психологічної категорії.

Як відомо, науковці виділяють два напрями у вивченні інтелекту: тестологічний і експериментально-психологічний.

У рамках тестологічного підходу інтелект зводиться до сукупності здібностей, які можна виміряти. Тут сформувалися дві протилежні орієнтації:

- жорстке зведення інтелекту до особливостей тестового виконання (перехід на операційне визначення);

- надмірне розмивання меж поняття "інтелект" за рахунок підбору прикладів інтелектуальної поведінки (перехід на диспозиціональне визначення).

До теорій експериментально-психологічного підходу відносяться:

- теорії, що відстоюють ідею генетичного пояснення інтелекту на основі врахування закономірностей онтогенетичного розвитку (Ж. Піаже) і соціокультурних чинників (Л.С. Выготский, М. Коул та ін.)

- неотестологічні теорії (Г. Айзенк, Э.Хант, Р. Стенберг) визнають IQ-концепцію інтелекту, аналізу піддаються внутрішні

когнітивні процеси, які стоять за IQ і дозволяють пояснити індивідуальні відмінності в тестовому виконанні.

Для цих теорій характерна тенденція пошуку пояснень природи інтелекту "поза" інтелектом за рахунок звернення до неінтелектуальних чинників [1].

Термін "емоційний інтелект" є досить новим. Перші публікації з цієї проблеми належать Дж. Мейєру і П. Селовею (1990). У своїх спільних статтях автори уперше запропонували визначення емоційного інтелекту і показали, що його можна виміряти [14; 16].

Згідно з уявленнями авторів оригінальній концепції емоційного інтелекту Дж. Мейєра, П. Селовея, Д. Карузо, емоційний інтелект - це група ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню і розумінню власних емоцій і емоцій оточення. Емоційний інтелект розглядається як підструктура соціального інтелекту, яка включає здатність спостерігати власні емоції і емоції інших людей, розрізняти їх і використовувати цю інформацію для управління мисленням і діями [14].

Структура емоційного інтелекту, запропонована Дж. Мейєром, П. Селовеєм, Д. Карузо в 1990 році, представлена в таблиці 1.

Таблиця 1.

Структурні компоненти емоційного інтелекту		
Ідентифікація і вираження емоцій	Регуляція емоцій	Використання емоцій в мисленні і діяльності
<ul style="list-style-type: none"> • власних (вербальне або невербальне) • інших людей (невербальне сприйняття або емпатія) 	<ul style="list-style-type: none"> • власних; • інших людей 	<ul style="list-style-type: none"> • гнучке планування; • творче мислення; • перемикання уваги; • мотивація

Надалі структура емоційного інтелекту була допрацьована. У основу нового варіанту моделі лягли уявлення про те, що емоції містять інформацію про зв'язки людини з іншими людьми або предметами (Мауер, 2001). Зміна зв'язків з іншими людьми і предметами спричиняє за собою зміну емоцій, що переживаються із цього приводу.

Згідно вдосконаленої моделі (Meyer, Salovey, Caruso, 1997) емоційний інтелект включає наступні ментальні здібності:

- усвідомлену регуляцію емоцій;
- розуміння (осмислення) емоцій;
- асиміляцію емоцій в мисленні;
- розрізнення і вираження емоцій [11].

Моделі емоційного інтелекту Дж. Мейєра, П. Селовея і Д. Карузо є моделями здібностей, оскільки вони трактують

емоційний інтелект як когнітивну здатність. На наш погляд, ці моделі належать до тестологічного підходу. Первинне значення в даному випадку приділяється операційному визначенню емоційного інтелекту за допомогою використання авторських методик (прикладом є тест MSCEIT).

До змішаних моделей EI можна віднести модель Д. Гоулмана, що трактує емоційний інтелект як поєднання когнітивних здібностей і особистісних характеристик. Ця модель, на нашу думку, також належить дотестологічного підходу, причому тут має місце перехід на диспозиціональне визначення. Гоулман у своїй моделі поєднав когнітивні здібності з особистісними характеристиками.

Згідно Гоулману (1995), структура емоційного інтелекту включає п'ять складових.

- ідентифікації назва емоційних станів, розуміння взаємозв'язків між емоціями, мисленням і дією;

- управління емоційними станами - контроль емоцій і заміна небажаних емоційних станів адекватними;

- здатність входити в емоційні стани, сприяючи досягненню успіху;

- здатність читати емоції інших людей, бути чутливим до них і управляти емоціями інших;

- здатність вступати у задовольняючі міжособові відносини з іншими людьми і підтримувати їх [9].

Структура емоційного інтелекту Д. Гоулмана ієрархічна [6]. Так, ідентифікація емоцій є передумовою управління ними. В той же час одним з аспектів управління емоціями є здатність продукувати емоційні стани, що призводять до успіху. Ці три здатності, звернені до інших людей, є детермінантою четвертої: входити в контакт і підтримувати хороші взаємини.

Надалі Д. Гоулман допрацював структуру емоційного інтелекту. Нині вона включає чотири компоненти: самосвідомість, самоконтроль, соціальне розуміння і управління взаєминами, причому стосовно різних категорій людей ця структура дещо розрізняється. Так, автор рекомендує викладачам розвивати такі здібності, як:

- розуміння власних емоцій (пізнання власних емоцій, розуміння джерел почуттів, усвідомлення відмінностей між почуттями і діями);

- контроль власних емоцій (терпимість до фруструючих подій, управління гнівом, уникнення образ і принижень, вираження гніву без емоційних спалахів, уникнення внутрішньої і зовнішньої агресії; наявність позитивних почуттів по відношенню до себе,

школи, сім'ї; управління стресом, подолання самотності і соціальної тривожності),

- самомотивація (відповідальність, фокусування на завданні, неімпульсивна поведінка і так далі),

- розуміння емоцій інших (емпатія, розуміння перспектив інших, вміння слухати),

- соціальні уміння (розуміння інших і взаємин з ними, компетентне вирішення конфліктів, рішення міжособових проблем, компетентна комунікація, здатність бути популярним, відкритим, дружнім, залученим і так далі).

У розвитку емоційного інтелекту лідерів Д. Гоулман визнає важливими наступні його складові і пов'язані з ними навички:

1. Особистісні навички:

Самосвідомість.

Емоційна самосвідомість: аналіз власних емоцій і усвідомлення впливу на себе; використання інтуїції при ухваленні рішень.

Точна самооцінка: розуміння власних сильних сторін і меж своїх можливостей.

Упевненість в собі: почуття власної гідності і адекватна оцінка своєї обдарованості.

Самоконтроль.

Приборкування емоцій: вміння контролювати руйнівні емоції і імпульси.

Відкритість: прояв чесності і прямоти; надійність.

Адаптивність: гнучке пристосування до ситуації, що міняється, і подолання перешкод.

Воля до перемоги: наполегливе прагнення покращувати продуктивність заради відповідності внутрішнім стандартам якості.

Ініціативність: готовність до активних дій і вміння не упускати можливості.

Оптимізм: вміння позитивно дивитися на речі.

2. Соціальні навички:

Соціальна чуйність

Співпереживання: вміння прислухатися до почуттів інших людей, розуміння їх позицій і активний прояв співчутливого відношення до їх проблем.

Ділова обізнаність: розуміння поточних подій, ієрархії відповідальності і політики на організаційному рівні.

Запобігливість: здатність визнавати і задовольняти потреби підлеглих, клієнтів або покупців.

Управління стосунками.

Нагхнення: вміння вести за собою, малоючи захоплюючи картину майбутнього.

Вплив: володіння поруч тактик переконання.

Допомога в самоудосконаленні: заохочення розвитку здібностей інших людей за допомогою відгуків і повчань.

Питання психології

Сприяння змінам: здатність ініціювати перетворення, удосконалювати методи управління і вести працівників в новому напрямі.

Врегулювання конфліктів : дозвіл розбіжностей.

Зміцнення особистих взаємин : культивування і підтримка соціальних зв'язків.

Командна робота і співпраця : взаємодія з іншими працівниками і створення команди.

Безперечною заслугою Д.Гоулмана, на наш погляд, є стимулювання людей до розвитку особових якостей, сприяючих досягненню успіхів в тих або інших сферах діяльності. Проте, очевидно, що серед структурних компонентів емоційного інтелекту, можна виявити не лише емоційні здібності, але і вольові якості, характеристики самосвідомості, соціальні уміння і навички.

Ще ширше трактування емоційного інтелекту міститься в моделі Р. Бар-Она (Bar - On, 1997). Автор визначає ЕІ як усі некогнітивні здібності, знання і компетентність, які дають людині можливість успішно справлятися з різними життєвими ситуаціями. Р. Бар-Он виділяє п'ять сфер компетентності, які можна ототожнити з п'ятьма компонентами емоційного інтелекту. Кожна з п'яти складових складається з декількох субкомпонентів: 1) пізнання себе: усвідомлення своїх емоцій, упевненість в собі, самоповага, самоактуалізація, незалежність; 2) навички міжособистісного спілкування: емпатія, міжособистісні взаємини, соціальна відповідальність; 3) здатність до адаптації: вирішення проблем, зв'язок з реальністю, гнучкість; 4) управління стресовими ситуаціями: стійкість до стресу, контроль за імпульсивністю; 5) переважаючий настрій: щастя, оптимізм.

Основою для запропонованої моделі є професійний досвід автора і аналіз літератури, тобто емпіричне обґрунтування виділення саме цих компонентів не отримане.

Російський дослідник Д.В. Люсин, відштовхуючись від існуючих концепцій, пропонує власну модель ЕІ. Емоційний інтелект розуміється їм як здатність до розуміння своїх і чужих емоцій і управління ними (Д.В. Люсин, 2000). Здатність до розуміння емоцій означає, що людина:

- може розпізнати емоцію, тобто встановити факт наявності емоційного переживання у себе або іншої людини;

- може ідентифікувати емоцію, тобто встановити, яку саме емоцію відчуває він сам або інша людина і знайти для неї словесне вираження;

- розуміє причини, що викликали цю емоцію, і наслідки, до яких вона приведе.

Здатність до управління емоціями означає, що людина:

- може контролювати інтенсивність емоцій, передусім, приглушати досить сильні емоції;

- може контролювати зовнішнє вираження емоцій;

- може при необхідності викликати ту або іншу емоцію [3].

Оскільки і здатність до розуміння емоцій і здатність до управління емоціями може бути спрямована на власні емоції і емоції інших людей, на думку автора, можна говорити про внутрішньоособистісний і міжособистісний емоційний інтелект, які хоча і припускають актуалізацію різних когнітивних процесів, але мають бути взаємозв'язані.

Д.В. Люсин вважає, що емоційний інтелект можна представити як конструкт, що має подвійну природу. З одного боку, цей конструкт пов'язаний з когнітивними здібностями, а з іншого боку - з особистісними характеристиками [3]. Проте, якщо емоційний інтелект це не інтелектуальна здатність (він тільки пов'язаний з когнітивними здібностями) і не сукупність особових характеристик, тоді що ж це таке? До якої групи психологічних явищ його можна віднести, де його місце в структурі особистості? Дійсно, сам автор відмічає, що його модель емоційного інтелекту носить загальний характер і потребує емпіричного обґрунтування і уточнення.

Д. Гоулман вважає, що існування декількох теоретичних позицій усередині парадигми емоційного інтелекту - це швидше сила, ніж слабкість. Він відмічає, що альтернативні теорії традиційного інтелекту свого часу сприяли обговоренню проблем в цій області; поглибленню знання і розширенню практичного застосування вимірів інтелекту. На думку Гоулмана, множинні теорії дозволяють пролити світло на додаткові аспекти цього комплексного психологічного конструкта [2]. Проте, прибічники кожного з підходів пропонують різні варіанти вимірювання ЕІ, засновані на різних визначеннях цього конструкта. Крім того, результати виміру емоційного інтелекту - здібності і сукупності особистісних рис утворюють низьку кореляцію [3]. Дійсно, Гоулман визнає, що за наявності точки зору про те, що емоційний інтелект - це сукупність особистісних рис і здібностей, докази цього залишаються неясними.

Емоційний інтелект в концепції Д.Гоулмана має семантичну і структурну невизначеність поняття, в моделі Р. Бар-Она - характеризується відсутністю емпіричного підтвердження. Ці моделі перетворюють емоційний інтелект на феномен, який закликає не стільки до розвитку емоційного інтелекту, скільки до розвитку різних властивостей, які ведуть до успіху.

Питання психології

Емоційний інтелект постає і в моделі Дж. Мейєра, П. Сэловея і Д. Карузо, хоча тут і визначені такі базові властивості інтелекту, як рівневі і регуляторні, проте не виділені комбінаторні властивості, що означають здатність комбінувати в різних поєднаннях компоненти досвіду, і процесуальні властивості, що характеризують операційний склад, прийоми і стратегії інтелектуальної діяльності аж до рівня інформаційних процесів.

Концепція Д.В. Люсіна представляється найбільш конкретною в плані виділення компонентів ЕІ, проте і тут поки що інтелект вимагає уточнення визначення і подальшого емпіричного обґрунтування моделі.

Множинність теорій емоційного інтелекту нормальна для ранніх етапів розробки цього феномену, проте наступний етап в його дослідженні вимагає більшої визначеності у виборі орієнтацій. Дослідження показують, що необхідним кроком в розвитку теорії емоційного інтелекту зараз є не створення його нових моделей, а уточнення структури цього феномену і включення його в систему особистісних характеристик. З одного боку, необхідно визначити, що відноситься власне до інтелекту, з іншого боку, важливо виділити ті характеристики, які детерміновані ментальними властивостями емоційного інтелекту.

Разом з емоційним інтелектом вимагають уточнення такі взаємозв'язані категорії, як емоційне мислення і емоційна компетентність. Емоційна компетентність визначається, зокрема, як здатність діяти з внутрішнім середовищем своїх почуттів і бажань, відкритість людини досвіду, своїм переживанням. Емоційне мислення, через семантичну невизначеність поняття, частенько ототожнюється з емоційним інтелектом [4] чи, навпаки, розуміється як деякий дефектний компонент розумового процесу, що знижує об'єктивність пізнання [6]. Аналіз даних досліджень дозволяє визначити емоційну компетентність як сукупність знань, умінь і навичок, що дозволяють приймати адекватні рішення і діяти на основі результатів інтелектуальної обробки зовнішньої і внутрішньої емоційної інформації. У свою чергу, емоційне мислення є процесом обробки емоційної інформації.

На сучасному етапі становлення теорії емоційного інтелекту важливо прийти до розуміння того, що конкретизація і поглиблення сприяють, а розширення і розмивання перешкоджають розумінню емоційного інтелекту як наукової психологічної категорії.

Література

1. Холодная М. А. Существует ли интеллект как психическая реальность? // Вопросы психологии, № 5, 1990. - с. 121-128.
2. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Маккия; Пер. с англ. - М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. - 301 с.
3. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерения, исследования / Под ред. Д.В. Люсіна, Д.В. Ушакова. М.: Институт психологии РАН, 2004. С. 29 - 36.
4. Bar - On R. Emotional Intelligence Inventory (EQ - i) : Technical Manual. Toronto, Canada: Multi - Health Systems, 1997.
5. Buck R. Motivation, emotion and cognition: A developmental - interactionist view // Strongman K.N. (ed.). International review of studies on emotion V.T. Chichester: Wiley, 1991.
6. Goleman D. Emotional intelligence. N.Y. Bantam Books, 1995.
7. Emmerling R., Goleman D. Emotional intelligence: issues and common misunderstanding. [Electronic resource]. - 2003. Mode of access: <http://eqi.org/index.htm>
8. Emotional intelligence [Electronic resource]. - 2005. Mode of access: <http://www.absoluteastronomy.com/encyclopedia/>
9. Kagan S. Kagan Structures for Emotional Intelligence [Electronic resource]. - 2005. Mode of access: <http://www.kaganonline.com/>
10. Mayer J.D. Emotional intelligence: popular or scientific psychology. [Electronic resource]. - 2005. Mode of access: <http://www.apa.org/monitor/sep99/>
11. Mayer J. D., Di Paolo M., Salovey P. Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence // Journal of Personality Assessment. 1990. Vol. 54, NN 3,4. P. 772 - 781.
12. Mayer J.D., Salovey P. Emotional intelligence [Electronic resource]. - 2005. Mode of access: [http://www.unh.edu/emotional intelligence/](http://www.unh.edu/emotional%20intelligence/)
13. Mayer J.D., Salovey P. The intelligence of emotional intelligence // Intelligence. - N.Y., 1993. - P. 433-442.